



*“Padre bueno, yo te alabo y te bendigo por tu amor y tu misericordia, te doy gracias por estar aquí, porque me has creado, porque me has regalado el don de la vida. Antes de comenzar este trabajo me pongo en tus manos y te suplico humildemente que despiertes mi feminidad, la mía en particular, porque tú la has puesto en todo mi ser de forma original e irrepetible. Aquí estoy Madre, para que a través de tu maternidad me enseñes a ser hija, me enseñes a amar. (continúa...). Amén.*



**TEMA 4. CULTIVAR LA  
VERDADERA IDENTIDAD: VARÓN  
Y MUJER: MASCULINIDAD Y  
FEMINIDAD**

**FICHA 34**

**DESENMASCARAR LA FALSA  
FEMINIDAD**

# Esquema de la ficha



## 1. Introducción.

## 2. Experiencias del Amor Humano

## 3. Origen de la falsa feminidad:

- a. La falsa feminidad olvida la verdad plasmada en "El Principio". Olvida la experiencia originaria de la Soledad de Adán, olvida la experiencia originaria de la Unidad.
- b. La falsa feminidad pierde el sentido del sentido de intimidad y del pudor
- c. La falsa feminidad tergiversa el significado esponsalicio del cuerpo femenino.

## 4. Disociación de los dinamismos de la mujer: el dinamismo biológico (ciclo femenino), el dinamismo pisco-afectivo (sentimientos, afectos, emociones) y el dinamismo espiritual (inteligencia y voluntad) manifestados en la falsa feminidad:

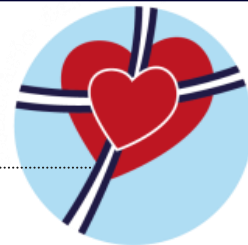
- 1. La falsa feminidad exalta la frialdad y dureza de carácter, el feminismo, minusvalorando o excluyendo la sensibilidad, la dulzura, la afectividad y la maternidad.
- 2. La falsa feminidad exalta el poder como control y dominio, minusvalorando o excluyendo la mansedumbre, la humildad, la sencillez y el servicio.
- 3. La falsa feminidad exalta el individualismo egoísta e insolidario, minusvalorando o excluyendo la complementariedad, la comunión y la solidaridad.

# Esquema de la ficha



## **4. Disociación de los dinamismos de la mujer: el dinamismo biológico (ciclo femenino), el dinamismo pisco-afectivo (sentimientos, afectos, emociones) y el dinamismo espiritual (inteligencia y voluntad) manifestados en la falsa feminidad:**

4. La Falsa Feminidad exalta la competitividad, la confrontación y la rivalidad, minusvalorando o excluyendo la amistad, la unión, la familia y la colaboración.
5. La falsa feminidad exalta la libertad como la capacidad de hacer “todo lo que me dé la gana” (gusto), minusvalorando o excluyendo lo que es el corazón de la verdadera libertad: hacer lo que “debo” (responsabilidad) hacer para crecer como persona junto a otros.
6. La falsa feminidad exalta la promiscuidad y la infidelidad en las relaciones, minusvalorando o excluyendo la responsabilidad, la fidelidad y la castidad.
7. La falsa feminidad exalta la búsqueda de bienestar, de comodidad y de placer (“cultura del vacío”), minusvalorando o excluyendo el trabajo, el esfuerzo y el sacrificio en la búsqueda de un Ideal de un Proyecto de vida.
8. La falsa feminidad exalta la dimensión corporal de la persona especialmente en su carácter narcisista de perfección o de belleza, minusvalorando o excluyendo la dimensión psicológica y espiritual.
9. La falsa feminidad exalta la despreocupación de la vida familiar, minusvalorando excluyendo la maternidad consciente, responsable y comprometida en la vida familiar y en la educación de los hijos.
10. La falsa feminidad exalta la posición laboral, la autoridad y el prestigio, como presunción y vanidad personal, minusvalorando o excluyendo la valentía como el compromiso en la defensa del más débil y el compromiso solidario en la construcción de un mundo de justicia e igualdad, hasta dar la vida si es necesario.



## 1. Introducción:

En la Ficha 33 has descubierto varias cosas importantes:  
El problema no es la AMS sino la no maduración de la feminidad

Esta feminidad no madura puede manifestarse de diversas formas:

Promiscuidad sexual.  
Dependencia afectiva.  
Personalidad adictiva.  
Personalidad dominante.  
Personalidad narcisista.  
Personalidad insegura.  
Personalidad violenta y maltratadora.  
Personalidad inmadura afectivamente.  
Personalidad avergonzada de sí misma.  
Personalidad irresponsable.



Muchas de las jóvenes actuales no han madurado su feminidad y viven, muchas veces sin saberlo, en alguna de las manifestaciones-esclavitudes anteriores.

Por lo tanto, no eres nadie “rara” por tener AMS. Simplemente eres una joven que, como la mayor parte, no han desarrollado su Feminidad. Quizá la diferencia más importante con las otras jóvenes es que tú eres consciente de ello, y por lo tanto, puedes madurar, y las otras no lo sean, y en muchos casos, no maduran y se ven condenadas a no poder vivir un amor verdadero.

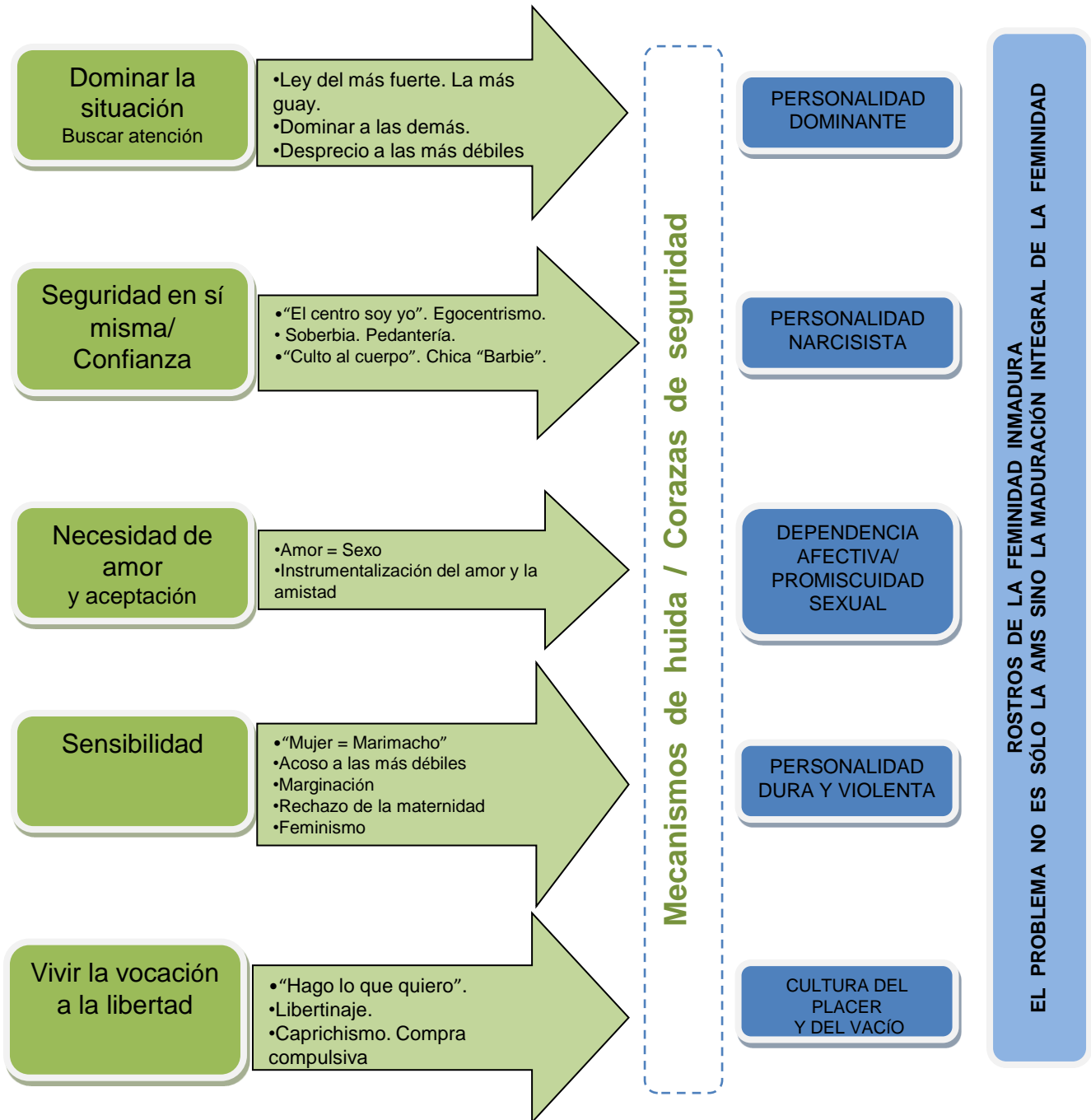
Es muy importante y urgente ofrecer a todos los jóvenes un proceso de maduración integral de su personalidad-masculinidad/feminidad para poder llegar a vivir una vida madura y un amor verdadero. Esto es lo que pretendemos en nuestro Itinerario de Maduración de epc.

En este proceso de maduración, no sólo irá desapareciendo tu AMS sino que irás madurando un amor verdadero hacia los chicos para que, si tu vocación es el matrimonio, puedas algún día llegar a hacer un matrimonio y una familia profundamente feliz, con un amor de comunión y de solidaridad. En este proceso de maduración te iremos ayudando a vivir de forma madura cada una de las etapas, sin correr, sin forzar, sin atropellar ningún momento de tu vida.

Así pues, ¡¡ adelante ¡! ¡¡ A la conquista de la verdadera feminidad, que está sellada en lo más profundo de tu corazón ¡!

Para lograrlo, en esta Ficha 34 vamos a dar un pasito más, y vamos a desenmascarar lo que es la Falsa Feminidad que se está proponiendo a los jóvenes a través, fundamentalmente, de los Medios de Comunicación y que muchas veces se vive incluso en el seno de la familia, de la escuela y del grupo de amigos. Para ello, vamos a desenmascarar algunos rostros de la Falsa Feminidad.

## DESENMASCARAR LA FALSA FEMINIDAD



Vamos ahora a ir profundizando en cada una de las manifestaciones de la falsa feminidad.

## 2. Experiencias del Amor Humano

Todo ser humano, desde el principio de su existencia como especie, participa de experiencias originarias y comunes que conducen su experiencia subjetiva a comprender el verdadero significado de su sexualidad.

**“La sexualidad es una facultad constitutiva de la persona que implica particularmente a la afectividad, a la capacidad de amar y de procrear y de manera más general, a la aptitud para establecer vínculos de comunión con el otro”<sup>[1]</sup>.**

Existe una relación inseparable entre experiencia<sup>[2]</sup>, persona, cuerpo y sexualidad. La misma persona es a la vez objeto y sujeto de experiencias a través de su cuerpo. A través del conocimiento y de la conciencia, la persona humana experimenta la realidad de manera particular y por eso decimos: “a mí me parece, yo creo qué, etc.” Cuando alguien nos da una bofetada, experimentamos muchas cosas que nos son visibles: dolor físico, vergüenza, rabia, humillación, etc.

**1) La primera experiencia humana común es el descubrimiento por el primer ser humano de su *diferencia corporal* con respecto al resto de los animales de la naturaleza. Es una experiencia de soledad y a la vez de deseo de encontrar a alguien similar a él.** Este primer ser humano, desde su origen, se siente diferente con respecto al resto de las criaturas que le rodean del reino animal. ¿Cómo descubre el ser humano que es diferente respecto al resto de las criaturas que lo rodean? Porque su cuerpo es diferente del resto de ellas. Por lo tanto, la persona vincula esta soledad originaria con el conocimiento del cuerpo, a través del cual, el ser humano se distingue del resto de los animales no racionales.



EXPERIENCIA DE SOLEDAD  
ORIGINARIA

**Conclusión de esta primera experiencia humana:** El cuerpo expresa a la persona. Cuando vemos un cuerpo humano vemos a una persona humana. El cuerpo humano es diferente del cuerpo de los animales. Esta diferencia le da a la persona humana una certeza: yo no soy como ellos. **Mi cuerpo y mi sexualidad son diferentes de los animales no racionales.**

BUSQUEDA DE  
COMUNIÓN

<sup>[1]</sup> Cfr. Catecismo Iglesia Católica. n° 2322-2323.

<sup>[2]</sup> La experiencia subjetiva es una forma de conocimiento que ilumina la realidad, pero tiene que acompañarse por el filtro del juicio intelectual, formado adecuadamente, para alcanzar su verdadero significado.



2) Además, el primer ser humano vive una segunda experiencia común: salir de esta soledad originaria ante el encuentro de alguien que es igual a él en humanidad, pero diferente en su corporeidad y por lo tanto es su **sexualidad**. El varón descubre a la mujer y la mujer al varón. Descubre que está llamado a la comunión y a la unidad en la diferencia y en la complementariedad. El mutuo descubrimiento de sus diferencias les revela a ambos **quienes no son**, y por lo tanto **quienes son**. Es decir:

*“Yo no soy mujer, luego soy varón”; “yo no soy varón, luego soy mujer”*. La masculinidad y la feminidad expresan la conciencia de identidad del propio cuerpo y de diferencia con respecto al del otro sexo. El varón y la mujer son dos modos sexuados de ser cuerpo. La feminidad se encuentra a sí misma frente a la masculinidad, mientras que la masculinidad se confirma a través de la feminidad.



3 )La tercera experiencia que se une a las dos anteriores es que la existencia humana como varón y mujer nos viene dada como un don<sup>[1]</sup>, gratis, sin pedirlo, sin solicitarlo. Nadie nos ha preguntado si queríamos existir. El nacimiento de nuestro ser personal como varón o mujer nos ha sido dado desde el principio de nuestra existencia por puro amor.

Por lo tanto, ser persona humana sexuada como varón o mujer significa **existir por un don gratuito y existir para alguien, como otro don, y es ahí donde la sexualidad cobra su verdadero significado**. La sexualidad está abierta a la donación.

De esta manera, comprendemos que la sexualidad alcanza su expresión más profunda en el amor personal de donación mutuo entre varón y mujer. Al mismo tiempo que la persona, varón/mujer, experimenta que es un don, una ayuda para el otro, experimenta su diferencia respecto al otro, tanto en su dimensión biológica, como psicológica y espiritual.

The diagram is a light green oval shape. Inside the oval, the words "LLAMADOS A LA" and "DONACIÓN" are written in orange capital letters, one above the other. Below these, the words "UNIDAD ORIGINARIA" are written in orange capital letters and underlined.

<sup>[1]</sup>“El Hombre.., no puede encontrarse a sí mismo, sino en el sincero don de sí”.(Gaudium et spes 24).



La mujer es la compañera del varón, en la que el varón puede reconocer su propia naturaleza, una compañera que le corresponde como una mano a la otra, que se le parecía casi totalmente, pero sin embargo, era a su vez un poco diferente y de esta manera capaz de una actividad propia y complementaria en todas sus dimensiones. Entregándose no solo la mujer hace posible, que el varón sea más el mismo, sino también ella se realiza más plenamente a través de la donación. Si a la esencia de la mujer corresponde una mayor capacidad de entrega, no solo dará más en la donación de amor, sino también recibirá más.<sup>[1]</sup>

Por lo tanto, en el Principio, el varón y la mujer, vivían en el estado de inocencia originaria, comunión perfecta con Dios Padre. Toda su persona cantaba la Bondad, Verdad y Belleza de la Santísima Trinidad. **Participaban de la vida interior de Dios mismo, en su santidad.** El espíritu atravesaba y gobernaba en plenitud y perfección los dinamismos corporales y afectivos. La mirada ante el otro era una **mirada de asombro y admiración** ante la dignidad del otro. No experimentaban vergüenza alguna. Varón y mujer se conocían a sí mismos con toda la paz de la mirada interior que crea la plenitud de la intimidad, y así alcanzaban una particular comprensión del significado esponsal de sus cuerpos: varón y mujer estaban hechos el uno para el otro.

Después del pecado original, y como fruto de la pérdida de la comunión con Dios, el corazón humano se ha convertido en lugar de combate entre el amor de donación y la concupiscencia (inclinación a la codicia de los afectos). Aparece el pudor personal como una defensa ante el deseo de posesión del otro.

El Espíritu Santo, derramado en la Caridad de Cristo, junto a las virtudes morales, especialmente la virtud de la castidad, redimirán y renovarán el corazón herido por el pecado original, y lo elevarán de nuevo al estado más parecido al de inocencia y unidad originaria, donde el espíritu gobierna sus afectos, sus deseos, y sus instintos, recuperando su libertad. El don de la castidad nos hace recuperar el sentido de pertenencia de ser un Hijo de Dios.

<sup>[1]</sup>La mujer en Edith Stein: antropología y espiritualidad. P. 142. Claire Marie Stubbemann



### 3. Origen espiritual de la falsa feminidad

a. No reconocimiento de la verdad plasmada en "El Principio", la experiencia originaria de la Soledad de Adán, la experiencia originaria de la Unidad.

Al no reconocer y aceptar nuestra filiación y origen espiritual, el ser humano se convierte en una **criatura sin Padre**, sin proyecto de vida y necesita recrearse a sí misma.



Al negar la diferencia de naturaleza entre varón y mujer se oscurece y se pierde la singularidad de la feminidad y de la masculinidad y se regresa a la soledad originaria: la **soledad del corazón**.

Al no reconocer que nuestra vida es un don, que recibimos desde el amor y para el amor de donación, nuestra afectividad se centra en el **egoísmo de nuestros deseos** y emociones. Nuestra meta son nuestros deseos en sí mismos, no si éstos nos construyen o nos destruyen como personas.

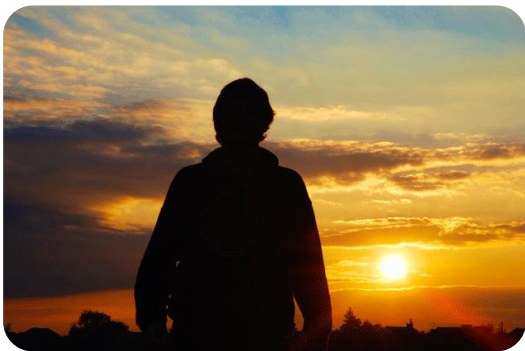


## b. Pérdida del sentido del sentido de intimidad y del pudor

Conocer el misterio de la sexualidad humana es conocer el lenguaje del amor humano. El hombre conoce al modo humano, y conoce a través de los sentidos. **El ser humano tiene unas ventanas del alma que son los sentidos (vista, oído, tacto, gusto, olfato) junto con la inteligencia, la razón, los afectos y la sensibilidad espiritual.**

Después de la herida del pecado de origen, la experiencia de la división, de la contradicción interna, de la inseguridad en la toma de decisiones es connatural a nuestra naturaleza humana. Lo natural en un joven sin educar en el gobierno de su persona no es la unidad, sino la división. La unidad significa descanso, reposo para el alma, la división desgasta las fuerzas y te quita energías.

La persona humana necesita aprender a ejercer el gobierno de sus pasiones y apetitos concupiscibles para poder amar. Cuando la persona anda por el camino de la virtud, el espíritu gobierna los instintos y las pasiones, y las pasiones le muestran al espíritu la belleza de la entrega. Hay una comunión entre todo nuestro ser que hace que tengamos el corazón en paz.



**La pérdida de las cosas íntimas equivale a la PÉRDIDA del dominio o señorío sobre uno mismo. El pudor es la tendencia natural a defender el dominio sobre lo más mío, es decir, no las cosas mías, que yo tengo, sino yo mismo, en ese valor que sólo tiene para mí y acaso para aquellas personas tan allegadas que podría decirse que son como una prolongación de mi yo.**



Desvelar la intimidad, si no es en un ámbito precisamente íntimo, es desvelar nuestra propia persona. El pudor es un sentimiento natural espiritual que nos protege de las miradas y deseo de posesión de los demás. Por la propia naturaleza de la feminidad, en la mujer el pudor suele estar más acusado.

## Es un escudo que defiende la dignidad de la persona humana.

El pudor es una defensa que tiene la naturaleza humana para evitar que manipulen su cuerpo:

*El pudor, elemento fundamental de la personalidad, se puede considerar —en el plano educativo— como la **conciencia vigilante en defensa de la dignidad del hombre y del amor auténtico**. Tiende a reaccionar ante ciertas actitudes y a frenar comportamientos que ensombrecen la dignidad de la persona. Es un medio necesario y eficaz para dominar los instintos, hacer florecer el amor verdadero e integrar la vida afectivo-sexual en el marco armonioso de la persona. El pudor entraña grandes posibilidades pedagógicas, y merece por tanto, ser valorizado. Niños y jóvenes aprenderán así a respetar el propio **cuerpo como don de Dios, miembro de Cristo y templo del Espíritu Santo**; aprenderán a resistir al mal que les rodea, a tener una mirada y una imaginación limpias y a buscar el manifestar en el encuentro afectivo con los demás un amor verdaderamente humano con todos sus elementos espirituales<sup>[1]</sup>.*

La mujer tiende a ser objeto del amor para poder amar. El hombre quiere amar para llegar a ser objeto del amor. En ambos casos, el pudor sexual no es una huida frente al amor, al contrario, es un medio de llegar hasta él. La necesidad espontánea de encubrir los valores sexuales es una manera natural de permitir que se descubran los valores de la misma persona. El valor de la persona está estrechamente ligado a su inviolabilidad, por el hecho de ser ella más que un objeto de placer. El pudor sexual es un movimiento de defensa instintivo que protege este estado de cosas, luego, también el valor de la persona. Pero es que no se trata solamente de protegerlo. Se trata de revelar este valor, y precisamente en relación con los valores sexuales que le están ligados en la persona. El pudor no revela el valor de la persona de una manera abstracta, como un valor teórico que no puede ser aprehendido más que por la razón: al contrario, lo muestra de una manera viva y concreta, ligada a los valores del sexo, aunque superior a éstos a un mismo tiempo. De ahí el sentimiento de la inviolabilidad que se traduce en la mujer por el “No me toques, aunque sea por un deseo interior”, y en el hombre por el “Yo no puedo tocarla, aunque sea por un deseo interior; ella no puede ser un objeto de placer”.

<sup>[1]</sup> Orientaciones educativas sobre el amor humano, Sagrada Congregación para la educación católica, en: [http://www.vatican.va/roman\\_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc\\_con\\_ccatheduc\\_doc\\_19831101\\_sexual-education\\_sp.html](http://www.vatican.va/roman_curia/congregations/ccatheduc/documents/rc_con_ccatheduc_doc_19831101_sexual-education_sp.html)

## **Pérdida del pudor y la AMS**

Conocemos que la AMS surge no sólo como fruto de una desorientación ontológica y sensorceptiva de la identidad sexual, sino también como un **desorden de vínculo (Nicolosi), del sentido de pertenencia y de intimidad** que afecta a todos los niveles relacionales del ser humano: con nosotros mismos, con los demás y con Dios.

Si se pierde el sentido de intimidad se pierde el sentido del pudor. Si alguien es susceptible de sufrir la falta de vínculos y de sentido de pertenencia con mayor virulencia, son las personas heridas en su afectividad y con temperamento sensible y delicado.

Del resultado de LAS HERIDAS EN LA INTIMIDAD tales como los abusos en las tres dimensiones de la sexualidad (corporal, emocional y sentimental) se produce una **PÉRDIDA DEL SENTIDO DE PERTENENCIA y UNA PÉRDIDA DEL SENTIDO DEL PUDOR** que suele conducir a un exhibicionismo afectivo con el fin de volverse a vincular con los demás. **La falta de pudor me conduce a no percibir las conductas de riesgo. A menos pudor mayor riesgo de perder la salud.**

### **CONDUCTAS PRODUCIDAS POR LA PÉRDIDA DEL SENTIDO DEL PUDOR**

Exhibicionismo de imágenes  
Exhibicionismo de experiencias  
personales  
Exhibicionismo corporal  
Exhibicionismo espiritual:  
Refugio en una religiosidad  
compulsiva  
Conductas frívolas e inadecuadas  
Falta de compasión por los demás.  
Deseo de ser reconocido  
permanentemente  
Desvinculación de la realidad

**Por lo tanto, ¿Da lo mismo tener un tipo de experiencias afectivo-sexuales que otras?**

**Dado que la sexualidad humana es una facultad que alcanza a toda la realidad de la persona**, una facultad constitutiva que atraviesa todo su ser, **cuando se manipula la sexualidad humana se manipula a la persona.**

Cuando la sexualidad queda reducida a un mero impulso homoerótico conduce a la persona a la frustración, a la degradación de su propia dignidad y al vacío emocional. Nunca ha sido más evidente que en estos tiempos, como la cultura de la permisividad sexual no ha recogido los frutos esperados. Muchos jóvenes se lanzan a la búsqueda de experiencias sexuales pero no se sienten recompensados por ellas aumentando en su conducta sexual los casos de eyaculación precoz, impotencia, frigidez sexual, miedo a las relaciones sexuales, AMS y todo tipo de consecuencias negativas ante la pérdida de un verdadero sentido de la sexualidad.

Con diferentes argumentos engañosos, se ha llegado al corazón del hombre, y se le ha robado la posibilidad del don, de donarse al otro, confundiendo genitalidad con sexualidad, búsqueda de placer con amor, instrumentalización del otro con donación gratuita. La confusión que hoy está vigente en el ámbito de la sexualidad humana, tiene unos factores determinantes muy precisos: **se ha reducido a la persona humana a un mero ente biológico sin referencia espiritual alguna. Se defiende la autonomía moral**, desvinculada de la verdad sobre el hombre y se pierde el reconocimiento de la dignidad humana. **La persona tiene “derecho” a hacer cualquier cosa con su cuerpo y con el de los demás. Desaparecen los “deberes” con uno mismo, con los demás... Se degrada el verdadero significado de la libertad: En lugar de ser el don para buscar la verdad de uno mismo y de la sexualidad, ha pasado a ser el “haz lo que quieras, lo que te apetezca, lo que te “pida” el cuerpo”...**



c. No se reconoce el significado esponsalicio del cuerpo femenino y masculino.

*«El cuerpo humano, orientado interiormente por el “don sincero” de la persona, revela no sólo su masculinidad o feminidad en el plano físico, sino que revela también este valor y esta belleza de sobrepasar la dimensión simplemente física de la “sexualidad”. De este modo se completa, en cierto sentido, la conciencia del significado esponsal del cuerpo, vinculado a la masculinidad-feminidad del hombre. Por un lado, este significado indica una capacidad particular de expresar el amor, en el que el hombre se convierte en don; por otro, le corresponde la capacidad y la profunda disponibilidad para la “afirmación de la persona”»*



Y, por otra parte, el cuerpo humano, con su masculinidad y feminidad, manifiesta la comunión de personas: **El cuerpo**, que expresa la feminidad “para” la masculinidad, y viceversa, la masculinidad “para” la feminidad, **manifiesta la reciprocidad y la comunión de las personas».**

El hombre sólo alcanza la plenitud en el don sincero de sí a los demás. Con la apertura que posibilita la donación de sí, el vivir no sólo con alguien sino *para alguien*: en esto consiste la comunión de personas.

Por tanto el sexo es constitutivo de la persona y por ello no se puede separar del contexto personal, porque entonces se degradaría.

Esto es así, porque la dimensión sexual del cuerpo humano no se agota en el plano físico, sino que penetra en las más altas esferas de la persona. Dicho con otras palabras, el cuerpo tiene la potencialidad de poder amar con él: se puede amar con el cuerpo. Recuerda las palabras de Wojtyła que has leído unos párrafos antes.

Para decir de un modo resumido el distinto modo que tiene de abrirse y de darse el varón y la mujer, se podría decir que la apertura constitutiva que tiene cada persona tiene dos modalidades: el varón se abre de un modo peculiar: hacia fuera. La mujer también se abre a los demás con su modo: hacia dentro, acogiendo.

El varón al darse sale de sí mismo. **Saliendo de él se entrega a la mujer y se queda en ella. La mujer se da pero sin salir de ella. Es apertura pero acogiendo en ella.** Su modo de darse es distinto al del varón y a la vez complementario, pues acoge al varón y a su amor. Sin la mujer el varón no tendría donde ir. Sin el varón la mujer no tendría que acoger. La mujer acoge el fruto de la aportación de los dos y lo guarda hasta que germine y se desarrolle. Todo este proceso, aunque él es también protagonista, se realiza fuera del varón.



La AMS, y cualquier otra realidad personal que vive la sexualidad olvidando este sentido esponsalicio contradicen la verdad sobre los fines de la sexualidad humana porque la persona no contempla ni en los sentimientos ni en las conductas la comunión interpersonal entre el varón y la mujer orientada a la procreación. La diferencia sexual nos remite al encuentro con mi “otro yo” (femenino o masculino). La relación AMS, en cambio, es una forma de narcisismo, de búsqueda de sí mismo en el otro, de buscar cubrir “mis necesidades” a través del otro, al que, de forma inconsciente e involuntaria muchas veces, le instrumentalizo, convirtiéndole en el “objeto” de la satisfacción de mis deseos y necesidades, en “mi osito de peluche” que me da lo que necesito. Por lo tanto, se puede decir de alguna manera que el egoísmo, la falta de verdadera comunión y solidaridad y la incomunicabilidad es la regla de la AMS.

A través de la incapacidad para vivir la sexualidad del modo adecuado por las negativas vivencias psico-biográficas unidas al temperamento de cada persona, aparecerán en las relaciones personales síntomas de deseo de dominio, dependencia emocional, victimismo, miedo a perder la intimidad, disociación de la personalidad, conductas sexuales arriesgadas, incluso deseos de inmolación por el amor del otro.

**Todo ello puede sanarse aprendiendo a servir a nuestras personas como se merecen: en caridad en verdad y en justicia.**

*“Hijo, se te ha enseñado lo que Dios quiere de ti: que practiques la justicia, que ames la piedad, que camines humildemente con tu Dios” (Miq 6,8).*

Porque la historia del hombre es una historia de salvación, y en ella existen dos momentos centrales: su aparición en el mundo (creación) y la posibilidad de unirse con Dios (redención). Cristo en cuanto nuevo Adán, en cuanto Verbo encarnado no sólo se hizo uno de nosotros sino uno con nosotros, a fin de que todos puedan participar de su obra redentora. Cristo, el resucitado, hacia el cual se ordena todo el ser humano y del cual recibe su sentido.

Al lado del nuevo Adán está María, la nueva Eva. Cristo y María son por tanto, el prototipo de la relación futura entre el varón y la mujer. El redentor viene bajo figura de varón y la mujer queda ennoblecida, por otro lado, puesto que es la puerta de entrada de Dios, bajo el género humano, al mundo. Por lo que María no solo es madre de todos los redimidos, y corredentora al lado del Salvador, sino arquetipo de feminidad.

En resumen:

### ANTES DEL PECADO ORIGINAL

- FILIACIÓN EN PLENITUD, INTIMIDAD Y ARMONÍA CON EL CREADOR
- MI YO ESTÁ EN COMUNIÓN, CON DIOS, CONMIGO MISMO Y CON LOS DEMÁS.
- MI YO ES TRANSPARENTE PARA EL OTRO
- NO SIENTO VERGÜENZA DE MI DESNUDEZ Y DE LA DEL OTRO
- MI CORPORALIDAD, MI SEXUALIDAD ESTÁ INTEGRADA DE MODO ADECUADO.
- ME SIENTO QUE PERTENEZCO A ALGUIEN QUE ME HA DADO LA VIDA, MI VIDA TIENE SENTIDO
- NO EXISTEN LOS FALSOS YO
- LA ESENCIA DE MI MASCULINIDAD/FEMINIDAD ESTÁ PERFECTAMENTE AJUSTADA

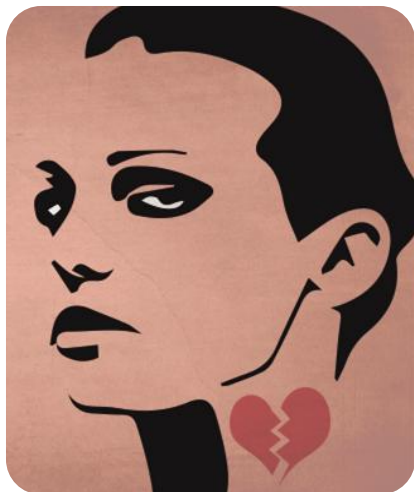
### DESPUÉS DEL PECADO ORIGINAL QUE ES LA PRIMERA HERIDA, VIENEN OTRAS HERIDAS

- MI YO DEJA DE SER TRANSPARENTE PARA EL OTRO
- ME SIENTO DISOCIADA EN EL QUERER Y EN EL OBRAR
- PERCIBO AL OTRO COMO UN CONTRINCANTE
- ME TENGO QUE OCULTAR
- ME SIENTO AVERGONZADA
- ME APARTO DE LOS OTROS
- APARECE LA MIRADA DE CONCUPISCENCIA
- APARECE EL DESEO DE DOMINIO SOBRE EL OTRO
- LA ESENCIA DE MI MASCULINIDAD/FEMINIDAD SE DESORIENTA Y SE PERCIBE DE MODO INADECUADO.

#### 4. Disociación de los dinamismos de la mujer: el dinamismo biológico (ciclo femenino), el dinamismo pisco-afectivo (sentimientos, afectos, emociones) y el dinamismo espiritual (inteligencia y voluntad), reflejados en la falsa feminidad.

1. La Falsa feminidad exalta la frialdad y dureza de carácter, el FEMINISMO, minusvalorando o excluyendo la sensibilidad, la dulzura, la afectividad y la maternidad.

Esta es la razón por la que muchas niñas y adolescentes adoptan actitudes de dureza y brusquedad hacia los demás, utilizando a veces un vocabulario grosero o inadecuado.



Se corresponde con el **falso modelo de mujer** inspirado por el feminismo, que intenta equiparar la mujer al hombre a base de que ésta abandone todo rasgo femenino de dulzura, delicadeza, pudor, sensibilidad, amabilidad, de maternidad.

Incluso hay mujeres que alardean de ser rudas, brutas, maleducadas y agresivas. Una falsa concepción de lo que es la feminidad les lleva a caer en esta esclavitud desde la que no sólo hacen daño a otras personas, sino sobre todo a sí mismas, y desde la que se incapacitan para vivir un amor verdadero, que siempre es un amor sensible, tierno, amable y afectuoso a la realidad y a las necesidades de la otra persona, en especial de los más débiles y necesitados.

Y esta es la razón por la que algunas niñas y adolescentes no se han podido identificar con su madre, porque ésta les ha ofrecido un modelo de relación y de feminidad que no incluía la sensibilidad, la ternura y la afectividad. Muchas niñas han vivido con sufrimiento la contraposición entre feminidad y sensibilidad, por lo que han buscado desarrollarse al amparo del mundo masculino (padre, hermanos, abuelo, primos, amigos,...).

Cuando los juegos de las niñas se encuadran en el mundo masculino (fútbol, juegos competitivos, etc.) no es porque éstas sean “gays o marimachos”, como tantas veces se les ha dicho y etiquetado, sino porque no encuentran suficientemente atractivo el mundo femenino ni encuentran comprensión, acogida y desarrollo de su sensibilidad y afectividad en el mundo femenino y lo han de buscar en el mundo masculino. En ese momento empieza el “éxodo” del mundo de lo femenino al mundo de lo masculino, marco ideal para el surgimiento de la AMS: Atracción hacia aquello que creen no tener: Feminidad.

La verdadera feminidad no sólo acoge la sensibilidad y la afectividad, sino que la potencia y la cultiva, pues feminidad, sensibilidad y afectividad no deben de estar nunca excluidas. Si el padre fuera sensible, cercano y afectuoso con sus hijas desde que son pequeñas, éstas no buscarían después, en muchos casos, esta cercanía y aprobación en el mundo masculino de forma promiscua, o en otras mujeres (AMS). En estos casos, la dependencia afectiva de estas adolescentes no es sino la búsqueda de un cariño, de una cercanía, de una sensibilidad, de una afectuosidad que no han encontrado o sentido en el padre y que lo más profundo de su corazón necesita y reclama.

En la mayor parte de los casos el problema no es que su padre no les haya querido, sino que no han sabido expresárselo, fruto del falso modelo de masculinidad que se nos ha impuesto.

Muchos padres nunca o casi nunca han dado un abrazo, una caricia, un beso,... a sus hijos/as ni tampoco a su esposa delante de los hijos. En la mayor parte de los casos estos padres han vivido y viven dando la vida por sus hijos, trabajando por ellos y por la familia de sol a sol, pero sin embargo nadie les ha enseñado que masculinidad y sensibilidad han de ir inseparablemente unidas.

El falso modelo de masculinidad/feminidad impuesto socialmente desde el que se ha hecho de los varones “analfabetos en la sensibilidad y afectividad” y de las mujeres equiparadas a los hombres en este analfabetismo ha roto no sólo muchos corazones sino muchos matrimonios y muchas familias, base y núcleo fundamental de la sociedad. Muchos de los problemas sociales tienen su raíz en esta herida del corazón del varón y de la mujer.

***Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Masculinidad/Feminidad para descubrir la hermosura de integrar y armonizar masculinidad/feminidad y sensibilidad/afectividad.***

2. La Falsa Feminidad exalta el poder como control y dominio, minusvalorando o excluyendo la mansedumbre, la humildad, la sencillez y el servicio.

En línea con lo anterior, la Falsa Feminidad busca en todo momento tener el poder, entendido éste como control y dominio de la situación. Como veíamos en la Ficha 33, la inseguridad que produce la no maduración de la feminidad les lleva a buscar su seguridad, su “agarradero” en la vivencia del poder como control y dominio. La ecuación es sencilla y clara: A más necesidad de control y dominio, más inseguridad interna, más inmadurez de su feminidad-personalidad.

Desde esta necesidad, el lenguaje y la vida de mansedumbre, humildad y servicio quedan excluidas, por creer que nacen de una personalidad “somos el sexo débil”, pues se piensa que el “fuerte” es el “poderoso”. El mundo de la debilidad (ancianos, enfermos, niños (también los hijos), marginados, necesitados,...) queda excluido de su interés y de su vida.

Desde esta falsa concepción, esta Falsa Feminidad será incapaz de vivir una relación de amor de comunión en el matrimonio y en la familia, pues establecerá relaciones de poder, de control y de dominio y excluirá el amor como donación y acogida, como servicio y entrega amorosa y gratuita. La mujer y el varón no han sido creados para sí mismos, sino para el otro en el Otro. Dios conduce a la mujer ante el varón para que esté frente a él, para que puedan hablarse cara a cara, ser imagen del Diálogo en el corazón de la Trinidad. El hombre descubre a la mujer como otro yo.



2. La Falsa Feminidad exalta el poder como control y dominio, minusvalorando o excluyendo la mansedumbre, la humildad, la sencillez y el servicio.

Socialmente, por todos los medios nos introyectan el mismo mensaje: “Lo importante es ser poderoso, aunque sea pisando y dominando a los demás”.

Esta herida personal se verá reflejada después socialmente en leyes incapaces de acoger el mundo de la debilidad, leyes asesinas que utilizan el poder como control, dominio y muerte: leyes de aborto, de eutanasia, de inmigración,... y políticas anti matrimoniales y familiares (ley de matrimonios homosexuales,...). Después del pecado original, después del abandono de éste Amor Primero buscando otros amores, el varón y la mujer perdieron la referencia de la amistad filial con Dios, y su inteligencia, memoria, afectos y voluntad quedaron heridos y gobernados por los instintos y pasiones. Por tanto:

*La Falsa Feminidad tiene mucha responsabilidad en el mundo de poder, de dominio, de explotación y de injusticia que hemos construido entre todos. Sólo la recuperación de la verdadera Feminidad podrá construir un mundo nuevo, donde el poder se viva como donación, solidaridad y servicio, en especial a los más débiles de nuestro mundo.*

Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de una vida vivida desde la mansedumbre, la humildad, la sencillez y el servicio solidario en la acogida gozosa de la propia y ajena debilidad.



### 3. La Falsa Feminidad exalta el individualismo egoísta e insolidario, minusvalorando o excluyendo la complementariedad, la comunión y la solidaridad.

Como consecuencia lógica de lo anterior, encontramos esta Falsa Feminidad esclava del individualismo egoísta e insolidario. La mujer que vive esta Falsa Feminidad no ve más allá de sí misma, de su propio “ombligo”, de sus propios intereses y necesidades. Busca permanentemente convertir todo su entorno en “satélites” de sí misma sin ser capaz de pensar más allá de sí. Creyendo que esta es su fortaleza, sin embargo no sólo es su debilidad, sino también su perdición.



Perdición porque este narcisismo que nace de la Falsa Feminidad es incapaz de buscar y descubrir la complementariedad, la comunión y la solidaridad con los otros. Y esto en todos los ámbitos de su existencia: el matrimonio, la familia, los amigos,...

Socialmente, por todos los medios nos introyectan el mismo mensaje: “Lo único importante eres tú misma, y por lo tanto, sólo debes pensar en ti misma, olvidando a los demás”. Yo y sólo yo, es el lema de esta Falsa Feminidad incapaz de encontrar, descubrir, escuchar al otro.

La ley social que se impone a todos los niveles es el “Sálvese quien pueda: Todos contra todos y que el pez grande se coma al pez chico”.

*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de una vida abierta a la complementariedad, la comunión y la solidaridad.*

4. La Falsa Feminidad exalta la competitividad, la confrontación y la rivalidad, minusvalorando o excluyendo la amistad, la unión, la familia y la colaboración.

Y desde este “todos contra todos”, la Falsa Feminidad exalta la competitividad, la confrontación y la rivalidad como forma “natural” de relacionarse con los demás.



Para esta Falsa Feminidad no hay espacio para la amistad, la unión, la familia y la colaboración: “O muerdo, o me muerden”. Y ello en todos los niveles: en la escuela, en el trabajo, entre los vecinos, en la economía, en la política,... Hemos hecho nuestra la “ley de la selva”, en la que esta Falsa feminidad tiene mucha responsabilidad.

Esta es una de las razones por las que las mujeres se han cerrado a la vida, entendiendo que la maternidad las pone en desventaja frente a los varones y a las otras mujeres y se han masculinizado al excluir de sus vidas el don de la maternidad desde la entrega del amor conyugal. “Si queremos tener hijos lo podemos hacer solas”.

Socialmente, por todos los medios nos introyectan el mismo mensaje: “Lo único importante es ser competitiva, es ser la número uno, es ser la mejor, aunque haya que pisar a los otros aunque haya que renunciar a la maternidad”.

En la Falsa Feminidad, estas relaciones de rivalidad se vivirá a todos los niveles, empezando por el grupo de amigas, el matrimonio, la familia,... Todos contra todos.

*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de una vida que cultiva cada día la amistad, la unión, la familia y la colaboración.*

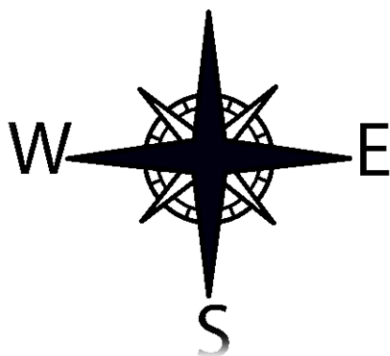
5. La Falsa Feminidad exalta la libertad como la capacidad de hacer “todo lo que me dé la gana (gusto)”, minusvalorando o excluyendo lo que es el corazón de la verdadera libertad: hacer lo que “debo” (responsabilidad) hacer para crecer como persona.

La degradación de la libertad vivida como “caprichismo” (vivir desde el capricho, desde el criterio de “me gusta / no me gusta”) es uno de los aspectos fundamentales de la Falsa Feminidad y una de las mayores esclavitudes del corazón humano.

Caprichismo y relativismo van siempre unidos: “Todo vale” con tal de que “me guste”. El “gusto” se convierte en la meta de esta falsa libertad.

Son muchas las adolescentes y jóvenes cuya brújula en la vida es “me gusta / no me gusta”, “me apetece/ no me apetece” siendo la búsqueda de placer el motor de su vida. Piensan que ser libres es poder hacer en todo momento lo que les gusta. Y esta vivencia de esta falsa libertad les hace profundamente esclavas (adictas) de sus propios gustos.

ME APETECE



Cuando la personalidad va creciendo en torno a esta falsa libertad, no es posible superar la Falsa Feminidad, ya que la verdadera feminidad exige vivir en la libertad verdadera.

Sin embargo, casi todo a nuestro alrededor nos incita a vivir esta Falsa Feminidad desde esta falsa libertad: “Sé libre: Haz lo que quieras...”; “Sé libre, sólo tú puedes decidir. Decide lo que más te gusta...”; “Ser feliz es ser libre para hacer lo que quieras...”,...

*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de una libertad que se construye sobre el deber y la responsabilidad en la maduración como persona y en la relación con los otros desde el amor de comunión y solidaridad.*

6. La Falsa Feminidad exalta la promiscuidad y la infidelidad en las relaciones, minusvalorando o excluyendo la responsabilidad, la fidelidad y la castidad.

En este “todos contra todos, la única importante soy yo” de la Falsa Feminidad, no habrá lugar para la responsabilidad hacia los otros, la fidelidad y la castidad como la virtud de la donación total a la persona amada para siempre.

La Falsa Feminidad vivirá en la mentira, en el engaño, en la doble vida, en la promiscuidad e infidelidad. Para la Falsa Feminidad no existe nadie más que ella misma y todo lo demás son instrumentos de mi propio placer-poder-tener. Serán pues relaciones de instrumentalización hacia los demás.

En muchos casos, esta Falsa Feminidad hará de la promiscuidad y la infidelidad un trofeo a exhibir, **“yo hago con los hombres lo que quiero”**. Esta es la máscara, la triste máscara, que se pone cada día ante sí misma y ante los demás para ocultar su propia debilidad, su más profunda carencia de feminidad y personalidad.

Pero el gran problema es que esto está socialmente cada día más admitido y alentado. Cada día más se nos impone por todos los medios, la cultura de la promiscuidad y la infidelidad, tachando a quien no lo viva así de ser una “reprimida”. Esta es una de las razones de la gran difusión por los grandes poderes mundiales de la Cultura Gay, porque es una de las formas de imponer a las nuevas generaciones esta degradada y degradante cultura de la promiscuidad, la degradación y la infidelidad.

Desde esta lógica de la Falsa Feminidad, no habrá posibilidad de hacer matrimonios y familias unidas en el amor, estables, fieles, en las que crezcan los hijos en la responsabilidad, en la fidelidad, en la castidad, en el amor verdadero. Esta Falsa Feminidad tiene mucha responsabilidad en la ruptura de tantos matrimonios y familias y por lo tanto, de la orfandad de tantos niños y adolescentes que crecen sin saber lo que es el amor de papá y de mamá.

*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de una vida vivida en responsabilidad, fidelidad y castidad.*



7. La Falsa Feminidad exalta la búsqueda de bienestar, de comodidad y de placer (“Cultura del vacío”), minusvalorando o excluyendo el trabajo, el esfuerzo y el sacrificio en la búsqueda de un Ideal y de un Proyecto de vida.

Desde todo lo anterior, la desembocadura a este nuevo aspecto de la Falsa Feminidad es lógica. Desde todo lo que hemos dicho anteriormente, la Falsa Feminidad será incapaz de tener un Ideal y un Proyecto de Vida por el que trabajar, sacrificarse y entregar con el esfuerzo que sea necesario la vida entera.

La Falsa Feminidad buscará el bienestar, la comodidad y el placer por encima de todo. Buscará lo “fácil” desde una personalidad que se irá forjando en la “ausencia de fortaleza” Sólo será capaz de sacrificarse si el premio es mayor bienestar, pero no mayor bien-“ser”.

Así esta Falsa Feminidad irá forjando la nueva “Cultura del vacío y del hedonismo”. Esta será una de las más potentes “drogas”, “analgésicos” para calmar el grito de lo más profundo del corazón de la mujer, que reclama feminidad y una verdadera personalidad.

Y este será el “motor”, el “corazón” de la salvaje, injusta y absurda economía en la que vivimos: “consumir, consumir y consumir” para que no deje de funcionar el “lucro”, la “ganancia” como el objetivo fundamental de esta economía.

Así pues, a nivel social, se potenciará cada día más esta Falsa Feminidad que ponga en el centro de su corazón la búsqueda de placer, de disfrute, de comodidad por encima de todo (hedonismo).

Desde esta mentalidad y vivencia, será imposible construir una amistad, un noviazgo, un matrimonio, una familia, una sociedad asentada en el amor verdadero, que es amor de comunión y de solidaridad.

*Será necesario desarrollar y  
madurar la Verdadera Feminidad  
para descubrir la hermosura de  
entregar la vida, día a día, en  
esfuerzo y sacrificio, por un Ideal y  
un entusiasmante Proyecto de vida  
comunitario y solidario.*





8. La Falsa Feminidad exalta la dimensión corporal de la persona, especialmente en su carácter narcisista de perfección o de belleza, minusvalorando o excluyendo la dimensión psicológica y espiritual.



La Falsa Feminidad nace de la propia inseguridad y baja autoestima al sentir en lo profundo del ser la inmadurez de la propia Feminidad.

Una de las expresiones, evasiones y “analgésicos” (ante el dolor existencial que produce la vivencia de la feminidad inmadura) de la Falsa Feminidad es el culto a la dimensión corporal de la persona.

La mujer que no tiene seguridad en sí misma y no se siente bien y en paz consigo misma por lo que “es”, proyectará esta búsqueda de seguridad y de auto aceptación en la exaltación (“culto”) a la dimensión corporal, especialmente en su carácter de perfección o de exuberancia física.

Este “culto” (valoración, dedicación, cuidado, atención,...) a la dimensión corporal, minusvalorando o excluyendo la dimensión psicológica y espiritual, cada día es más frecuente entre las adolescentes y las jóvenes. Y cada día está siendo más alentado y provocado por los Medios de Comunicación, instrumentos sumisos al poder económico que busca hacer de los adolescentes y jóvenes sumisas y obedientes consumidoras. Este “culto” al cuerpo es hoy uno de los mayores negocios que gira sobre esta Falsa Feminidad.

Fruto de esta presión mediática y social que siembra la Gran Mentira de que “tú eres en tanto y en cuanto tengas un cuerpo perfecto y exuberante”, muchas adolescentes y jóvenes viven hoy traumatizadas porque no “tienen” este cuerpo “ideal” y se sienten por ello excluidas del “gran mercado” de las “mujeres perfectas” que recorren el mundo entero exhibiendo sus “cuerpos”.

Este es uno de los mayores sufrimientos de adolescentes y jóvenes, una de las grandes trampas y mentiras en las que caen, y una de las características de la AMS: Busco en la belleza o exuberancia del “cuerpo” de la otra mujer la feminidad que no encuentro en mí porque no la he desarrollado.



8. La Falsa Feminidad exalta la dimensión corporal de la persona, especialmente en su carácter narcisista de perfección o de belleza, minusvalorando o excluyendo la dimensión psicológica y espiritual.

La Falsa Feminidad nace de la propia inseguridad y baja autoestima al sentir en lo profundo del ser la inmadurez de la propia Feminidad.

Una de las expresiones, evasiones y “analgésicos” (ante el dolor existencial que produce la vivencia de la feminidad inmadura) de la Falsa Feminidad es el culto a la dimensión corporal de la persona.

La mujer que no tiene seguridad en sí misma y no se siente bien y en paz consigo misma por lo que “es”, proyectará esta búsqueda de seguridad y de autoaceptación en la exaltación (“culto”) a la dimensión corporal, especialmente en su carácter de perfección o de exuberancia física.

Este “culto” (valoración, dedicación, cuidado, atención,...) a la dimensión corporal, minusvalorando o excluyendo la dimensión psicológica y espiritual, cada día es más frecuente entre las adolescentes y las jóvenes. Y cada día está siendo más alentado y provocado por los Medios de Comunicación, instrumentos sumisos al poder económico que busca hacer de los adolescentes y jóvenes sumisas y obedientes consumidoras. Este “culto” al cuerpo es hoy uno de los mayores negocios que gira sobre esta Falsa Feminidad.

Fruto de esta presión mediática y social que siembra la Gran Mentira de que “tú eres en tanto y en cuanto tengas un cuerpo perfecto y exuberante”, muchas adolescentes y jóvenes viven hoy traumatizadas porque no “tienen” este cuerpo “ideal” y se sienten por ello excluidas del “gran mercado” de las “mujeres perfectas” que recorren el mundo entero exhibiendo sus “cuerpos”.

Este es uno de los mayores sufrimientos de adolescentes y jóvenes, una de las grandes trampas y mentiras en las que caen, y una de las características de la AMS: Busco en la belleza o exuberancia del “cuerpo” de la otra mujer la feminidad que no encuentro en mí porque no la he desarrollado.

*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la seguridad de sí misma en la armónica vivencia e integración de todas las dimensiones de la persona: corporal, psicológica y espiritual. Será necesario descubrir la belleza en la dimensión psicológica y espiritual para salir de la esclavitud de la visión materialista y hedonista en la que adolescentes y jóvenes están siendo hoy bombardeadas.*

9. La Falsa Feminidad exalta la despreocupación de la vida familiar, minusvalorando o excluyendo la maternidad consciente, responsable y comprometida en la vida familiar y en la educación de los hijos.

Esta característica nos ha ido saliendo en todos los puntos anteriores como consecuencia lógica de la Falsa Feminidad, despreocupada en el fondo de la vida familiar, y por lo tanto de la educación de los hijos.

Esta es la razón de la “ausencia de madre” que desde hace unos años se da cada vez más frecuente en las familias, y por lo tanto del “hambre de madre” que hay en el corazón de tantos niños/as, adolescentes y jóvenes. Hay un peligro en que sólo se produzca el cuidado y crecimiento a nivel biológico y que otras facetas resulten “delegadas” a otras instancias: guardería, colegio, al grupo de amigos, a la TV..., la parte del hijo/a que pertenece a la experiencia de filiación materna, es la capacidad de “llevar”. Llevar significa muchas cosas: la capacidad de consolar, la capacidad de estar al lado, de leer las necesidades del hijo, de conmoverse, la madre tiene una gran capacidad de moverse con el hijo/a, de seguir sus pasos, de intuir sus dolores, alegrías... La madre enseña al niño la realidad de las emociones, de los sentimientos, de los dolores y bellezas de la vida para que el hijo pueda vivirlos y expresarlos<sup>1</sup>

Y esta es una de las razones fundamentales de la AMS: el “hambre del amor, cercanía, modelo, acompañamiento en el crecimiento de la madre”. La AMS será entonces la búsqueda de este amor, cercanía, modelo, feminidad que no dio la madre en otra mujer. La necesidad se convierte en proyección, en deseo, en atracción: “Busco a una mami que me quiera”.



*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de la vida familiar, asumiendo con amor y responsabilidad el ser esposa y madre con todas las consecuencias.*

10. La Falsa feminidad exalta la posición laboral, la autoridad y el prestigio, como presunción y vanidad personal, minusvalorando o excluyendo la autoridad como el compromiso en la defensa del más débil y el compromiso solidario en ayudar a crecer para colaborar en la construcción de un mundo de justicia y solidaridad, hasta dar la vida si es necesario.

Una de las características fundamentales de la Verdadera Feminidad es la autoridad (auctoritas: el que ayuda a crecer), sin embargo la Falsa Feminidad degrada y reduce esta autoridad a un instrumento más de su presunción y de su vanidad personal, de su propia vanagloria para “aparentar” frente a los demás.

En la reflexión de este rostro podríamos añadir la idea que el Padre Jacques Philippe desarrolla en su libro: “La paz interior”, acerca de la ecuación SER=HACER/TENER. En este caso la Falsa Feminidad exalta el valor del “hacer” que deriva en una competitividad sin tregua, un perfeccionismo exagerado y una alta autosuficiencia, ligada a la vanidad más sutil, así como el valor del “tener” posesiones, títulos, prestigio social...para mantener una falsa seguridad del “yo”. A esta se opone la laboriosidad pacífica, que trata de dar lo mejor de sí en beneficio de los demás y que no busca aferrarse a ningún bien, sino que todo lo que posee lo sabe poner al servicio de los demás, buscando su perfeccionamiento personal en la práctica de las virtudes, especialmente la caridad.

La Falsa Feminidad exalta un “yo camaleónico”, falto de identidad personal y transparencia, frente a la verdad y autenticidad que la realidad personal presenta. Es bastante común entre niñas y adolescentes, aunque también en jóvenes y adultas, que se comporten de una forma u otra, se vistan de tal o cual manera..., según con quien se encuentren, para sentirse acogidas, valoradas por el grupo, que en ese momento tienen de referencia. Esta falsa feminidad conduce a vivir en una continua comparación y rivalidad, que lleva tantas veces a la envidia y a la no aceptación y desprecio de sí misma. Denota un desconocimiento profundo del propio “don” que cada mujer es en sí misma. Es tan importante lo vivido en las primeras etapas de la vida que si en estas ha faltado el amor, sobre todo en la familia, a lo largo de la vida se dan cuadros de inseguridad como esta “personalidad”, carente precisamente de ella.

Esta falsa feminidad conlleva una dependencia afectiva enfermiza que, si no se supera, acarreará numerosos conflictos en la persona, privándola del descubrimiento del valor de la propia identidad, que quedará solapada entre máscara y máscara, y de la concepción de que es única e irrepetible, amada y valorada desde su origen. Llamada a descubrir y vivir su vocación concreta al amor, de forma original e insustituible.

La Falsa Feminidad exalta el servilismo (distinto a la servicialidad), como personalidad aparentemente humilde y pacífica, frente a una personalidad decidida y emprendedora. En esta Falsa Feminidad la mujer es casi la sombra de la otra persona, hace y dice todo lo que el otro desea, aunque no esté de acuerdo. Esta no deja que la persona se exprese libremente en toda la autenticidad de su ser, por miedo al rechazo. Es el extremo opuesto a la personalidad dominante, junto a la cual aparece en muchas ocasiones.



La Falsa Feminidad exalta la superficialidad, “el chismorreo”, la curiosidad insana y la crítica destructiva, frente a la profundidad en las relaciones interpersonales, basada en el respeto y la valoración de la otra persona y sus dones, así como de uno mismo. En ella se da una inmadurez de la interioridad de la persona, que vive hacia el exterior y cuanto más vive hacia el exterior más vacío interior experimenta, convirtiéndose esta dinámica en un círculo vicioso.

Por lo tanto, la Falsa Feminidad será incapaz de vivir la auctoritas en su más hermosa y profunda manifestación: el compromiso en el acompañamiento del crecimiento integral de los pequeños, la defensa del más necesitado, del más débil y el compromiso solidario en la construcción de un mundo de igualdad, solidaridad y de justicia.

La Falsa Feminidad será incapaz de vivir esta auctoritas como apoyo y acompañamiento de la debilidad y como compromiso por el bien de los otros en el seno de su propio matrimonio y familia, en el seno de la sociedad.

*Será necesario desarrollar y madurar la Verdadera Feminidad para descubrir la hermosura de una vida llena de verdadera autoridad, valor, ternura y fortaleza en la defensa de los más necesitados de nuestro mundo, combatiendo todo mal y construyendo el mundo nuevo que nuestro corazón anhela y reclama.*





# Síntesis de la ficha



**ES POSIBLE**

## Ejercicio 1. Madurar la Comprensión, Reflexión y Profundización

1. Escribe las 5 ideas que consideras más importantes de lo que has leído. ¿Por qué son estas ideas importantes para ti?

2. Añade 3 nuevas características de Falsa Feminidad a la lista anterior.

3. Reflexiona y escribe las 5 características que creas más importantes y extendidas de la Falsa **Feminidad**.

4. Busca en los **medios de comunicación** (TV, Internet, Radio,...), en la **publicidad** o en el **ambiente** en el que te mueves (familia, compañeros, amigos,...) un **ejemplo concreto** para cada una de estas características en los que se vea con claridad la Falsa Feminidad

5. Analiza los siguientes mensajes publicitarios. (PowerPoint mensajes publicitarios)

6. Reflexiona y escribe el equivalente de **Verdadera Feminidad** para cada una de las características de la Falsa Feminidad

7. Resume en una frase con tus propias palabras lo más importante de todo lo que has leído en esta Ficha.





# EJERCICIOS

## Ejercicio 2. Madurar la interioridad



1. Elige los 3 aspectos más importantes para tu propio proceso de todo lo que has leído y reflexiona y escribe cómo lo has vivido y vives tú en este momento.
2. Reflexiona sobre los pasos que deberías de dar para poder crecer y madurar en cada uno de ellos.

## Ejercicio 3. Madurar el compromiso y aplicación a la vida

Reflexiona y escribe **1 Objetivo con su Compromiso correspondiente** para cada uno de 3 aspectos más importantes que has escrito en el Ejercicio 2.

Recuerda que los compromisos han de ser muy concretos y revisables. Apúntalos en una hoja, métela en tu bolsillo y llévala contigo toda la semana para que recuerdes en todo momento lo que has de practicar. Si lo haces, verás cómo vas progresando en tu maduración.

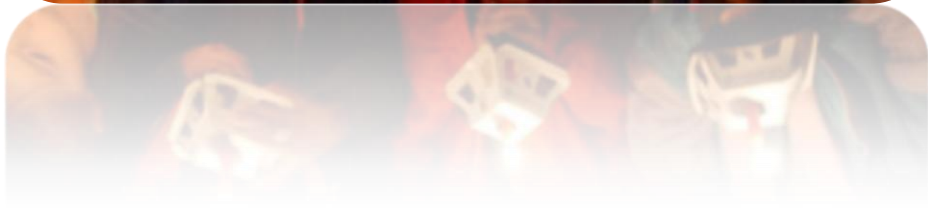


# EJERCICIOS

## Ejercicio 4. Aportación a la ficha

Tu trabajo, tu experiencia, tu esfuerzo y sacrificio, tu maduración en este Itinerario puede ser luz de aliento y esperanza para los que vienen detrás. Por ello, en este apartado queremos proponerte que nos ayudes a enriquecer y completar esta Ficha con el siguiente ejercicio:

1. Revisión de esta Ficha: ¿Qué te ha parecido? ¿Qué aportarías? ¿Qué modificarías?
2. Desde tu propia experiencia, escribe cómo crees que podemos mejorar en EPC para ir logrando el Itinerario de Maduración Integral-Itinerario de la Esperanza que buscamos.
3. Resume esta Ficha en 4-5 líneas invitando a los jóvenes que vengan detrás a realizarla.



## Ejercicio 5. Madurar la comunión con los compañeros



Entra en la Sección de **Foros EPC - Fichas Trabajadas** – **Ficha 33** y lee **3 Fichas** de otros compañeros. A continuación, escribe **3 cosas que hayas aprendido y te hayan enriquecido**.

## Ejercicio 6. Madurar la solidaridad con los compañeros

Lee los últimos mensajes de **3 Cuadernos de Trabajo** de los compañeros, escríbeles un **mensaje de apoyo y aliento** y coméntales aquello que hayas aprendido de sus Cuadernos.

Contamos contigo para hacer de EPC un espacio de verdadera amistad y te pedimos cultives esta amistad a través del compartir en los Cuadernos. Así os iréis conociendo y compenetrando cada día más.



## Ejercicio 7. Madurar la comunión con tus padres



Si tu padre/madre/padres están incorporados en este proceso, invítales a leer esta ficha y a continuación, dialoga con ellos todo lo que has descubierto en esta Ficha. Después de haber tenido este diálogo sereno, escribe las **3 conclusiones** que habéis sacado en vuestro diálogo

# EJERCICIOS

## Ejercicio 8. Madurar y cultivar la corporalidad



En este ejercicio vamos a trabajar a lo largo de la semana la vivencia de la Corporalidad – Sexualidad como don, capacidad y misión para vivir el amor de complementariedad, comunión y solidaridad.

**1. Realiza deporte (ideal: en grupo) ejercicio físico al menos tres días de la semana.**

**2. Obsérvate a lo largo de la semana y apunta:**

- Tres hechos que hayas vivido en los que has vivido tu corporalidad-sexualidad desde el egoísmo hedonista, individualista e insolidario. ¿Cómo puedes madurarlos?
- Tres hechos que hayas vivido en los que has vivido tu corporalidad-sexualidad desde la nueva vida de complementariedad, comunión y solidaridad. ¿Cómo puedes potenciarlos?

## Ejercicio 9. Madurar y cultivar la solidaridad y la esperanza

**A. Lee este texto del *Compendio de Doctrina Social* de la Iglesia y relaciónalo con lo que has trabajado en esta ficha:**



**B. Como acción de gracias a Dios por todo su Amor para contigo, ofrécele un Sacrificio Solidario en favor de alguien que te necesite. Recuerda que la solidaridad no es dar de las “migajas” que te sobran (de tu tiempo, de tu alegría, de tu dinero, de tu ser) sino que es dar lo mejor de ti mismo. Recuerda: “El amor verdadero, duele”.**

**C. Apunta esta acción solidaria y revísala el próximo día. En EPC, la vida de comunión y solidaridad es el camino de la sanación, el camino hacia el Dios Comunión-Solidaridad (Trinidad).**





# EJERCICIOS

b. Como acción de gracias a Dios por todo su Amor para contigo, ofrécele un sacrificio solidario en favor de alguien que te necesite. Recuerda que la solidaridad no es dar de las “migajas” que te sobran (de tu tiempo, de tu alegría, de tu dinero, de tu ser) sino que es dar lo mejor de ti mismo. Recuerda: “El amor verdadero duele”.

C. Apunta esta acción solidaria y revísala el próximo día. En EPC, la vida de comunión y solidaridad es el camino de la sanación, el camino hacia el Dios Comunión-Solidaridad (Trinidad).



## Ejercicio 10. Recursos a profundizar

### Recursos para los jóvenes:

Amor y responsabilidad. K. Wojtyla  
La mujer en Edith Stein



## Ejercicio 11. Madurar y cultivar la espiritualidad católica

*Te invitamos a poner todo este trabajo en manos de Dios, para que Él sea el verdadero protagonista de esta maravillosa historia de sanación-salvación:*

- Empieza a trabajar esta Ficha con el rezo del Padrenuestro, del Avemaría y del Gloria a la Trinidad.
- Termina esta Ficha dando gracias a Dios y poniendo todo tu trabajo y sacrificio en sus manos.
- A lo largo de la semana, intenta rezar el Santo Rosario con tu familia. Si no es posible, rézalo solo o con algún amigo.
- Busca un sacerdote de confianza, maduro y afianzado en su masculinidad, que conozca el proceso de la AMS y te pueda acompañar en la confesión.
- El Domingo, en la Eucaristía, en el momento de la presentación de las Ofrendas, ofrece junto al Pan y junto al Vino todo el trabajo que vienes realizando. El Señor te bendecirá con el envío del Espíritu Santo, que sana, libera, reconcilia, redime, ilumina,... Salva.



# EJERCICIOS

## MEDITACIÓN ESPIRITUAL:

### 1. Lee y medita el siguiente texto bíblico

Génesis 3, 1-13

La serpiente era más astuta que todos los animales del campo que Dios había hecho, así que le preguntó a la mujer:

—¿Es verdad que Dios os dijo que no comierais de ningún árbol del jardín?

<sup>2</sup> —Podemos comer del fruto de todos los árboles —respondió la mujer—

<sup>3</sup> Pero, en cuanto al fruto del árbol que está en medio del jardín, Dios nos ha dicho: “No comáis de ese árbol, ni lo toquéis; de lo contrario, moriréis.”

<sup>4</sup> Pero la serpiente le dijo a la mujer:

—¡No es cierto, no moriréis! <sup>5</sup> Dios sabe muy bien que, cuando comáis de ese árbol, se os abrirán los ojos y llegaréis a ser como Dios, conocedores del bien y del mal.

<sup>6</sup> La mujer vio que el fruto del árbol era bueno para comer, y que tenía buen aspecto y era deseable para adquirir sabiduría, así que tomó de su fruto y comió. Luego le dio a su esposo, y también él comió. <sup>7</sup> En ese momento se les abrieron los ojos, y tomaron conciencia de su desnudez. Por eso, para cubrirse entretejieron hojas de higuera.

<sup>8</sup> Cuando el día comenzó a refrescar, oyeron el hombre y la mujer que Dios andaba recorriendo el jardín; entonces corrieron a esconderse entre los árboles, para que Dios no les viera. <sup>9</sup> Pero Dios llamó al hombre y le dijo:

—¿Dónde estás?

<sup>10</sup> El hombre contestó:

—Escuché que andabas por el jardín, y tuve miedo porque estoy desnudo. Por eso me escondí.

<sup>11</sup> —¿Y quién te ha dicho que estás desnudo? —le preguntó Dios—. ¿Acaso has comido del fruto del árbol que yo te prohibí comer?

<sup>12</sup> Él respondió:

—La mujer que me diste por compañera me dio de ese fruto, y yo comí.

<sup>13</sup> Entonces Dios le preguntó a la mujer:

—¿Qué es lo que has hecho?

—La serpiente me engañó, y comí —contestó ella.

### 2. Escribe una pequeña meditación en torno a este texto bíblico desde tu propia vida

# EJERCICIOS

2. Escribe una pequeña meditación en torno a este texto bíblico desde tu propia vida.

## Ejercicio 12: Blog Personal:



Al final de la Ficha, puedes escribir tu Blog Personal: Puedes compartir qué tal te ha ido esta semana, qué has vivido, qué logros has alcanzado, qué problemas has tenido... Este Blog Personal será como tu “Diario de Camino” en el que irás compartiendo todo lo vivido.

Por último, colgar todo en: 1/ Cuaderno de Trabajo y 2/ Fichas Trabajadas

## RECUERDA!



Recuerda escribir en los Cuadernos de trabajo de los compañeros para que nuestra sección de Foros sea un verdadero espacio de amistad y compañerismo para ayudarnos unos a otros a sanar y madurar.



Recuerda que tu Cuaderno de Trabajo bien elaborado será una de las mejores formas de amistad y solidaridad que puedas vivir con los compañeros y amigos.



Recuerda participar en los Encuentros de Jóvenes EPE/EPC on line semanales a través de skype en los que podrás dialogar con los jóvenes de los distintos países.

**¡¡Contamos contigo!!  
¡¡Juntos lograremos una maduración  
integral,  
un amor verdadero,  
un amor de Comunión y Solidaridad  
para nuestro corazón y para nuestro  
mundo!!**



# CONTACTO



**“DAD GRATIS LO QUE GRATIS  
HABÉIS RECIBIDO”**

**HABÉIS RECIBIDO.”**

**“DAD GRATIS LO QUE GRATIS**

[www.esposibleelcambio.com](http://www.esposibleelcambio.com)

[www.esposiblelaesperanza.com](http://www.esposiblelaesperanza.com)

[www.youtube.com/user/eperedsocial](http://www.youtube.com/user/eperedsocial)

[es\\_posible\\_el\\_cambio@hotmail.com](mailto:es_posible_el_cambio@hotmail.com)

[es\\_posible\\_la\\_esperanza@hotmail.com](mailto:es_posible_la_esperanza@hotmail.com)

Iberoamérica, 1 Mayo 2015

Todos los derechos para el Espíritu Santo. Toda la Gloria para la Santísima Trinidad

Todo en el abrazo y en el corazón de la Iglesia, nuestra Madre y Maestra

Toda nuestra vida para los más necesitados y sufrientes de nuestro mundo.

Amén.